Instituto Profesional Los Leones: Psicología del Aprendizaje. Docente: María Isolina Peralta A

Concepto de sì mismo y autoestima

Manterola Marta pág.63-72

¿Por què algunos niños parecen pensarque no pueden hacer nada bien? ¿Por què se enfrentan a las nuevas situaciones de aprendizaje pensando que pueden fracasar? Los sentimientos de ineficacia y de escasa valoraciòn personal tienen alta incidencia en los resultados del aprendizaje. La educaciòn sistemàtica, sin embargo, ha prestado poca atenciòn al aprendizaje y desarrollo afectivo del niño y del joven, preocupàndose preferentemente del aprendizaje de conocimientos.

Es ampliamente aceptado que la afectividad juega un rol importante en el aprendizaje, constituyèndose en el motor que mueve a la persona a la acciòn, dàndole significado a lo que aprende. Arthur Combs distingue cuatro factores afectivos que influyen en forma crìtica en el proceso de aprendizaje: el concepto de sì mismo, los sentimientos de amenaza, los valores y el sentimiento de pertenencia y acogida.

El **concepto de sì mismo** (self concept) es el nùcleo central de la personalidad que afecta cada aspecto del comportamiento de la persona y su aprendizaje. El concepto de sì mismo lo definiremos como la idea que el niño se va formando acerca de sì a travès de la informaciòn que recibe del medio y a travès de sus propias experiencias con èste. Esto incluye còmo èl se ve, lo que èl siente y piensa que es, y en gran parte corresponde a como èl cree que los demàs lo ven. El concepto de sì mismo està formado por todas las creencias y actitudes que tiene la persona respecto a sì mismo; abarca un conjunto bastante amplio de representaciones mentales, que incluyen imàgenes y juicios, no sòlo conceptos, que el individuo tiene acerca de sì mismo y que engloban sus distintos aspectos corporales, psicològicos, sociales y morales. El determina lo que la persona es, lo que piensa, lo que hace y lo que puede llegar a ser.

Este concepto va acompañado de sentimientos de èxito o fracaso, aceptaciòn o rechazo, alegrìa o tristeza, triunfo o derrota. Estos sentimientos son los que van a definir la autoestima, que correponde a juicios evaluativos de autoevaluaciòn que la persona hace de sì misma y en la que tambièn tienen gran relevancia las valoraciones que los adultos hacen de ella. Esto constituye la autoestima, a menudo confundida con el autoconcepto y, en realidad, una parte de èl..

Autoconcepto y autoestima pueden referirse, por lo demàs, a la propia persona como un todo (Fierro, Alfredo(1992)"personalidad y aprendizaje en el contexto escolar", en **Desarrollo psicològico y educaciòn ll. Psicologìa de la Educaciòn.** Madrid: Alianza editorial S.A.), a la representaciòn global que se tiene de sì mismo o tambièn a aptitudes y caracterìsticas particulares referidas, por ejemplo, a la propia capacidad intelectual, al èxito social, a la habilidad en el deporte, o al èxito acadèmico, en general el autoconcepto es autoconocimiento y engloba operaciones y esquemas cognitivos: autopercepciones, juicios descriptivos y evaluativos, memoria autobiogràfica, etc. El concepto de sì mismo y la autoestima van a determinar el èxito o el fracaso del alumno en las activadades que emprenda. Probablemente el punto clave para el èxito y la satisfacciòn personal sea una autoimagenpositiva.

"El alumno que tiene un concepto de sì mismo negativo y una estimaciòn propia pobre tiende a actuar congruentemente con esta imagen y aumenta su posibilidad de fracazar,mientras que un alumno con un concepto de sì mismo positivo tiende, igualmente, a actuar en congruencia con esta imagen, con sus opiniones y sentimientos que le llevan a conseguir el èxito".(Coopersminth y feldman (1988)"Còmo favorecer un concepto positivo de sì mismo y un alto sentimiento de estimaciòn propia en el aula", en Coop y White ***Aportaciones de la psicologìa a la educaciòn.*** *Madrid*
McCandless (McCandless (1981) **conducta y desarrollo del niño.** Mèxico: Nueva editorial Latinoamericana.

aporta tambièn evidencia para comprobar que el concepto de sì y la autoestima se relacionan con el rendimiento acadèmico desde la Educaciòn Bàsica hasta la Universidad. El concepto de sì mismo tiene tanta fuerza que ha resultado ser mejor predictor del èxito escolar que las mediciones de C.I.

Es evidente que el concepto de sì mismo se aprende, no se hereda. Desde nuestros primeros años de vida empezamos a acumular informaciòn respecto a nosotros mismos a travès de la propia experiencia y de la informaciòn que nos entregan las personas significativas de nuestro entorno: padres, profesores, pares, amigos,etc. El alumno no deja estacionado su "sì mismo" frente a la escuela cuando entra a clases. El sì mismo entra con 'el y, en la sala de clases, determina la calidad del aprendizaje del joven. Por otra parte, las experiencias de la sala de clases afectan el concepto de sì mismo en relaciòn a su habilidad para aprender, a su habilidad para establecer relaciones sociales, para liderar grupos, para influir en otros, en sus habilidades y destrezas fisicas, es decir, en pràcticamente todo a lo que concierne la vida escolar.

Aunque la preocupaciòn por el problema de la autoestima ha surgido entre los educadores a raìz de su relaciòn con el rendimiento acàdemico, la responsabilidad de la educaciòn requiere que la escuela se formule metas en relaciòn al mejoramiento de la autoestima, en tèrminos de desarrollo humano, màs allà de la preocupaciòn acadèmica solamente. Pero, ¿Còmo se enfrenta el problema?¿Es posible mejorar el autoconcepto y la autoestima?¿Còmo ayudar a los niños y jòvenes a percibir y valorar sus cualidades y talentos?.

Canfield y Wells (H 1978 **100 ways to enlhance self-concep in the classroom.** New Jersey: Prentice Hall.), nos dicen que la teorìa es importante, pero lo que realmente debe preocuparnos es què podemos hacer por los alumnos. De la teorìa y de su investivaciòn con programas de desarrollo de la autoestima, extraen algunos principios bàsicos que pueden orientar al profesor:

1.- Es posible cambiar el autoconcepto, y es posible que los profesores puedan lograr cambios, ya sea en forma positiva.

Muchos de nosotros enseñamos porque tuvimos algùn profesor que tuvo un impacto significativo en nosotros. El impacto se relacionò con nuestro autoconcepto. El profesor, de alguna manera, nos comunicò un sentido càlido de valor personal. Tambièn algunos de nosotros hemos tenido la experiencia de algùn profesor que nos hizo sentir mal a nosotros o a nuestro curso. Estos profesores transforman la experiencia educativa en algo negativo.

2.- No es fàcil. El cambio tiene lugar lentamente y toma tiempo

No podemos esperar cambios dramàticos en poco tiempo. El autoconcepto se forma lentamente y, a veces imperceptiblemente. Si el educador es constante, los cambios se produciràn cuando menos se lo espera.

3.- Los esfuerzos que intentan creencias centrales en la persona, tiene mayor impacto aunque son màs dificiles de lograr.

Si el educador es capaz de hacer que un niño se considera a sì mismo como capaz de aprender, estarà cambiando una creencia central. Si se ayuda a una niña tìmida a sentirse inteligente y atractiva se ha logrado un cambio significativo en la vida de esa niña.

4.- Las experiencias perifèricas tambièn ayudan Se necesita muchos èxitos para ayudar a una persona a sentirse bien consigo misma. Cualquier cosa que el profesor haga desde llamarla por su nombre para felicitarla por su buena nota, pueden contribuir a crear un sentido de valor personal en ella.
5.- Es importante relacionar entre sì los èxitos o las fortalezas.

Se puede fortalecer el impacto de cualquier experiencia positiva relacionàndola con otras que el alumno ha experimentado. El decir"Me gustò mucho tu cuadro Andrès, aprendiste a usar la acuarela muy ràpido", el educador està relacionando el trabajo artìstico de Andrès con algo que puede ser una creencia màs central: su habilidad para aprender.
Antes de intentar cualquier experiencia que tenga por objetivo mejorar la autoestima de lo alumnos, es importante creer en lo que està haciendo; las tècnicas los programas para mejorar la autoestima no tiene sentido si el educador no està convencido del potencial de crecimiento que hay en sus alumnos. Antes de empezar cualquier acciòn, y durante la experiencia, es necesario crear un ambiente de aceptaciòn, respeto y confianza en el que todos los alumnos se sientan personas valiosas. Nuestra experiencia (Manterola, Marta 1989 "El desarrollo del concepto desì mismo: una experiencia de educación afectiva", **Revista presencia** Nº 30, Santiago.) de investivaciòn en esta àrea nos ha permitido comprobar que es posible aùn en un tiempo muy limitado generar cambios positivos en el concepto de sì mismo de los alumnos, utilizando estrategias integradas a las activadades del currìculum regular, como el lenguale, la historia, las ciencias y el arte, entre otros.
Sin embargo, aunque el profesor puede ejercer considerable influencia en la configuraciòn del concepto que el alumno tiene de sì mismo, en ùltima instancia es el propio alumno el que lo desarrolla. Coopersmith (Coopersmith y Feldman 1988 "Còmo favorecer un concepto positivo de sì mismo y un alto sentimiento de la estimaciòm propia en el aula", en Coop y white **Aportaciones de la educaciòn.** Madrid: Ediciones Anaya S.A.) plantea que el trato del profesor hacia èl y las opiniones y espectativas que èste tiene sobre el alumno formar parte de las opiniones de èste y, como tales, influyen en el desarrollo de su autoconcepto. El problema està y còmo interpreta el alumno la conducta del profesor hacia èl. El profesor puede proporsionar experiencias y lo puede guiar, la interpretaciòn que hace el niño de la conducta del profesor hacia èl y el significado juega un papel importante en su reacciòn ante estas experiencias.

El autoconcepto acadèmico

En relaciòn asì mismo, resulta de especial importancia para el profesor la idea de autoconcepto acadèmico, que podrìamos entender como la parte del sì mismo que se relaciona màs direntamente con el rendimiento acadèmico y que juega un rol fundamental en èste, ya que le sirve al alumno como un sistema de guìa personal para dirigir su comportamiento en la escuela. Arancibia (Arancibia, V., Maltes, S. y alvarez,M. 1990) **Test de autoconcepto acadèmico. Estandarizaciòn para escolares de 1º y 4º Año de Enseñanza Bàsica.** Santiago: Ediciones Universidad Catòlica de Chile.) y otros distinguen cuatro dimensiones de este sì mismo acadèmico, las que se expresan en conductas de los alumnos:

1.- Las relaciones del niño con otro, dentro de su contexto escolar.
2.- La asertividad o sentido de control que tiene el alumno sobre lo que ocurre en la clase.
3.- El compromiso o confianza en relaciòn con su propio potencial.
4.- El enfrentamiento de situaciones escolares para el cumplimiento de las metas acadèmicas en general.
Los resultados de investigaciòn indican que el autoconcepto acadèmico se relaciona estrechamente con el rendimiento escolar, es decir, los alumnos con mejor auto concepto académico tienden a tener mejor rendimiento escolar.
Sin embargo, la explicaciòn de la relaciòn causal entre las dos variables difiere segùn sea lo que intentan probar los investigadores. Aquellos que trabajan desarrollado habilidades en los alumnos para enfrentar tareas acadèmicas, afirman que el mejor logro acadèmico, producto del desarrollo de habilidades, mejora en autoconcepto acadèmico. En cambio aquellos que apoyan el desarrollo y promociòn del autoconcepto sugieren que una mejoría en el auto concepto ayuda a los alumnos a iniciar y mantener el esfuerzo que realizan en situaciones de aprendizaje, lo que permite mejores logros.

Pensamos que aunque es importante estar conciente de esta controversia y de sus implicancias, la preocupaciòn por el problema de la autoestima en educaciòn no puede apuntar sòlo al mejoramiento del rendimiento acadèmico, sino que la escuela debe invertir tiempo y esfuerzo en la **promociòn del desarrollo humano de sus alumnos.**
Es en esta línea de acción donde cobran sentido los programas para el desarrollo de la autoestima.
Entre estos programas podemos mencionar el de Reasoner que se centra en el desarrollo de un ambiente positivo para la autoestima, proponiendo ciertas actitudes que el profesor debe asumir para generar cinco tipos de sentimientos: de seguridad y confianza, de identidad o auto concepto, de pertenencia, de propósito y de competencia.
En nuestro medio, Haeussler y Milicic (1995 **Confiar en uno mismo. Programa de desarrollo de la autoestima.** Santiago: Editorial Dolmen.) han diseñado un programa de desarrollo de la autoestima que, junto con sugerir las actitudes que debe asumir el profesor para desarrollar una autoestima positiva, proponen un programa de 16 unidades, con objetivos, ejercicios y actividades, para realizar en forma grupal tanto dentro como fuera de la sala de clases. El programa contempla un texto para el profesor y uno para el alumno.
Nuestra propuesta (Manterola, Marta 1989 "El desarrollo del concepto de sì mismo: una experiencia de educación afectiva". Santiago: ISECH **Revista presencia.** a través de seminarios de título de alumnos de pedagogía, optan por infundir el desarrollo de la autoestima, en los contenidos instruccionales, a través de objetivos, ejercicios y actividades que utilizan los contenidos programàticos para potenciar el auto concepto.

Se propone una secuencia de acciòn que contempla:
1.- La construcción de un clima de apoyo y respeto a las personas
2.- El reconocimiento de las propias potencialidades y valores.
3.- La aceptación del propio cuerpo.
4.- ¿Quièn soy yo?.
5.- Las relaciones con los demás y la valoración del otro.
Cómo pueden los Docentes Desarrollar y Fortalecer una A utoestima Positiva?